

## II./5. fejezet: A szomatizáció pszichoterápiája

Purebl György



A szomatizáló betegek vezetéséhez szükséges pszichoterápiás készségek elsajátítása.

A fejezet elsajátítása után képes lesz alkalmazni azokat a pszichoterápiás eljárásokat, melyeket az olyan testi panaszok esetén alkalmazunk, melyek mögött organikus ok nem áll.

### Bevezetés



Ebben a fejezetben megismerheti azokat az egyszerűbb nem gyógyszeres kezelési módszereket, melyekkel a szomatizációs panaszok (olyan testi panaszok okozta szenvedés, melyek mögött organikus ok nem áll) és az egészségszorongás az általános orvosi gyakorlatban is kezelhető.

Célcsoport: Általános orvosok és orvostanhallgatók

### Javasolt tanulási módszerek:



Olvassa el a szöveges részeket a linkelt dialógusokkal együtt. Illetve tekintse meg a hozzájuk tartozó videó részleteket is.

Ezt követően válaszoljon az összegző kérdésekre!

Amennyiben nem tudott mindegyikre válaszolni, a problémás részeket tekintse át ismét a szövegben!

Ezután oldja meg a video részletekhez tartozó feladatokat, majd végezze el az önellenőrző tesztet

### A tananyagot javasoljuk két külön részben áttekinteni:

A II./5.1 – II./5.2.1 részeket egyben, majd a I./5.2.2 és II./5.3 részeket szintén egyben.

### Ajánlott irodalom



Mayou R, Farmer A (2002). ABC of psychological medicine. Functional somatic symptoms and syndromes. BMJ 325:265-268

Perczel Forintos D (2010). Az egészségszorongás és a szomatizáció kognitív viselkedésterápiája. In: Perczel Forintos D, Mórocz K. Kognitív viselkedésterápia. III. átdolgozott és bővített kiadás. Medicina, Budapest

### A fejezet tartalma:

#### II./5.1.: Klinikai jellemzők

II./5.1.1.: Tünetek

II./5.1.2.: Járulékos tünetek és viselkedések

II./5.1.3.: Gyakoriság, klinikai jelentőség

II./5.1.4.: A szomatizáció és a hypochondriázis kapcsolata

## **II./5.2.: A szomatizáció terápiája**

II./5.2.1.: Pszichoedukáció, nem specifikus, pszichoterápiás hatású beavatkozások

II./5.2.1.1.: A kivizsgálások kezdetétől a testi panaszok pszichés hátterét elfogadhatóvá tevő kommunikáció

II./5.2.1.2.: Megnyugtató és a kivizsgálások eredményeinek elmagyarázása

II./5.2.1.3.: Egyéb nem specifikus és kiegészítő módszerek

## **II./5.2.2 Specifikus pszichoterápiás beavatkozások**

II./5.2.2.1 A szomatizáció kognitív viselkedésterápiás modellje

II./5.2.2.2 A terápia felépítése

II./5.2.2.2.1 Tünet- és viselkedésmonitorozás kialakítása

II./5.2.2.2.2 A katasztrófizáló gondolkodás újrastrukturálása

II./5.2.2.2.3. A tünetekkel való foglalkozás és a megnyugtató-keresés napi idejének fokozatos csökkentése, helyette aktív egészségmagatartás és hétköznapi életvitel kiépítése

II./5.2.2.2.4. Stresszkezelés és terv a hétköznapi nehézségek kezelésére

## **II./5.3 Hatékonyság**